

Resumen N°20 | Nutrición y Salud

Asociación del estilo de vida durante el primer embarazo y el peso del recién nacido

Piccotto, * M.; Odasso, * L.; Zanardi, M. V.; Durando, M.

*Con igual contribución

Cátedra de Fisiología Humana - Facultad de Bioquímica y Ciencias Biológicas - Universidad Nacional del Litoral; Santa Fe

Contacto: melipiccotto@gmail.com;
luisio_27_92@hotmail.com

Palabras claves: embarazo, peso del recién nacido, estilo de vida
Keywords: pregnancy, weight of the newborn, lifestyle

Introducción y objetivo

El embarazo es una etapa fisiológica crítica tanto para la madre como para el hijo y se sabe que el estilo de vida adoptado por la madre durante el mismo puede afectar el peso del recién nacido (RN). Nuestro objetivo fue evaluar la asociación entre el estilo de vida, durante el embarazo, y el peso del RN en mujeres que tuvieron su primer hijo hace 25 años (o más) y las que lo tuvieron en los últimos 10 años.

Metodología

Se realizaron 260 encuestas a mujeres, entre 21 y 65 años de edad, de la ciudad de San Carlos para evaluar el estado nutricional y el estilo de vida durante el embarazo. Las mujeres fueron agrupadas según la edad de su primer hijo en: a) Grupo 1 (G1): ≤ 10 años; b) Grupo 2 (G2): ≥ 25 años. Para evaluar la asociación entre las variables, se calculó el Odds Ratio (OR) con un intervalo de confianza del 95%, y se aplicó el test del Chi cuadrado con corrección de Yates. $p < 0,05$ indica que hay asociación entre las variables analizadas.

Resultados

El estado nutricional de la madre influyó sobre el peso del RN: la obesidad al comienzo del embarazo (G1) y la ganancia de peso gestacional mayor a la recomendada (G1 y G2) aumentaron las posibilidades de tener hijos con macrosomía ($OR > 1$). Una ganancia gestacional inferior a la adecuada se comportó como un factor protector para un RN con macrosomía ($OR < 1$; G2). La inasistencia a controles médicos (G1) predispone a tener hijos con bajo peso ($OR > 1$). El estilo de vida adoptado por las mujeres fue similar en ambos grupos, sin embargo en el G1 el suplemento más consumido fue el ácido fólico; mientras que en el G2 fue el hierro. El nivel de educación fue superior en el G1, duplicándose el porcentaje de mujeres con universitario completo, y triplicándose el de terciario completo. Sobre

el tipo de empleo las mujeres del G2 que realizaban trabajos con gran demanda de energía duplicaron a las del G1, quienes practicaban más actividad física recreacional. Es importante resaltar la disminución en la frecuencia de RN macrosómicos y el incremento de RN con bajo peso en el G1 respecto del G2.

Conclusiones

Un estado nutricional inadecuado predispone al nacimiento de bebés macrosómicos. La ausencia de controles prenatales se relaciona con bajo peso al nacer. A partir de este trabajo consideramos que la implementación y mantenimiento de programas de intervención multidisciplinar en embarazadas traerían asociados cambios en el estilo de vida, beneficiosos para la salud de la madre y del hijo.